

## HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSENTRASI SISWA DENGAN KEMAMPUAN MOTORIK (Studi Pada Siswa Kelas XI IPA 4 SMA Negeri 3 Bojonegoro)

**Mina Aprilia**

S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya, mina\_aprilia@rocketmail.com

**Nanik Indahwati**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

### Abstrak

Konsentrasi adalah pemusatan perhatian dimana kesadaran seseorang akan informasi yang tertuju pada obyek tertentu dalam waktu tertentu dan dapat menyelesaikan pekerjaan dengan hasil yang baik. Maka dari itu butuh konsentrasi yang baik untuk melakukan kemampuan motorik, supaya hasil maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik. Dan untuk mengetahui seberapa besar hubungan tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan desain non eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas XI SMA Negeri 3 Bojonegoro dengan jumlah 240 siswa dan sampel penelitian ini adalah kelas XI IPA 4 dengan jumlah siswa 34 siswa, dimana tehnik sampel yang digunakan adalah tehnik *cluster random sampling* yaitu memilih kelompok atau area. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan pengukuran *grid concentration test* dan pengukuran kemampuan motorik melalui *barrow motor ability test* dan untuk analisis data dalam penelitian ini menggunakan norma pengukuran untuk membuat kategori. Korelasi product moment dan koefisien determinasi. Dari hasil perhitungan statistik dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan rekreasi terbukti dari  $r$  dengan taraf signifikan 0,05.

Sedangkan besar pengaruhnya 3,5 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik, karena ada beberapa faktor lain yang berpengaruh terhadap kemampuan motorik misalnya usia fisik, lingkungan, jenis kelamin, latihan dan pengalaman.

**Kata Kunci :** Konsentrasi , Kemampuan Motorik

### Abstrak

Concentration is focusing where one's awareness of the information will be on a particular object in a specific time and can get the job done with good results. Therefore need good concentration to perform motor skills, so that maximum results. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of concentration of students with motor skills. And to know how big the correlation between the concentration of students with motor skills. This study is a correlational study with a non- experimental design. The population in this study is a class XI SMA Negeri 3 Bojonegoro with 240 students and the number of samples of this research is a class XI IPA 4 with the number of students 34 students, where the technique sample used was *cluster random sampling* technique that is selecting a group or area. Instruments in this research using measurement of *grid concentration test* and measurement capabilities motor ability through the *barrow motor ability test* and data analysis in this study using measurements to create a category norm. Product moment correlation and coefficient of determination. From the results of statistical calculations can be concluded that there is no significant relationship between the level of concentration of students with motor skills in physical education lessons , sport and recreation is evident from  $r$  count  $0.188 < r$  table 0,339 with significance level of 0.05. While the greatest effect of 3.5%. It can be concluded that there is no relationship between the level of concentration of students with motor skills, as there are several other factors that affect the physical motor skills such as age, environment, gender, training and experience.

**Keywords :** Concentrations , Motor Ability

### PENDAHULUAN

Pada masa ini, pertumbuhan fisik mengalami perubahan dengan cepat, lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Masa remaja

(12 sampai 20 tahun (laki-laki), 10 sampai 18 tahun (perempuan) adalah masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak- anak mengalami banyak

perubahan pada psikis dan fisiknya. (Desmita, 2014:22). Pertumbuhan dan perkembangan itu akan optimal bila anak mendapatkan rangsangan, berupa rangsangan fisik serta konsentrasi yang bagus pula. Potensi tersebut bisa saja didukung oleh aktivitas mereka sehari-hari, tidak terlepas pula dengan partisipasi mereka di dalam mengikuti PJOK di Sekolah.

Berdasarkan SK MENPORA nomor 053/MENPORA/1994 yaitu suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan pembentukan watak. Selanjutnya berdasarkan Permendiknas RI No.22 Tahun 2006 tentang standar isi untuk satuan pendidikan dasar dan menengah, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan aktivitas jasmani bagi manusia yang bisa mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan jaman.

Dalam pembelajaran jasmani terdapat unsur-unsur gerak. Gerak memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia sejak bayi, kanak-kanak hingga dewasa, perkembangan gerak sangat mempengaruhi perkembangan secara keseluruhan baik fisik, intelektual, sosial dan emosional. Perkembangan gerak merupakan faktor penting bagi perkembangan secara keseluruhan yaitu perkembangan intelektual, fisik, dan motorik emosional dan perkembangan-perkembangan lain. Perkembangan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia.

Gerak dan motorik adalah dua istilah yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan, karena diantara kedua istilah tersebut terdapat hubungan sebab akibat. Gerak sebagai suatu yang dapat diamati sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya suatu gerak. Perkembangan gerak motorik anak pada tahap awal merupakan dasar untuk menunjang perkembangan gerak motorik lanjutan anak saat anak-anak mulai beranjak dewasa. Sejalan dengan hal tersebut, Hurlock (dalam Desmita, 2014:22) membagi perkembangan individu berdasarkan konsep biologis atas lima fase, yaitu:

- 1) Fase prenatal (sebelum lahir), mulai masa konsepsi sampai proses kelahiran, lebih kurang 280 hari.
- 2) Fase *infancy* (orok), mulai lahir sampai usia 14 hari

- 3) Fase *babyhood* (bayi), mulai usia 2 minggu sampai sekitar usia 2 tahun
- 4) Fase *childhood* (kanak-kanak), mulai usia 2 tahun sampai usia pubertas

Namun seiring perkembangan yang sangat pesat di bidang teknologi membawa dampak perubahan pada aktivitas dan gerakan-gerakan yang dilakukan orang dalam kehidupan sehari-harinya karena dibantu dan digantikan dengan peralatan yang canggih dan praktis. Sehingga secara tidak langsung berpengaruh terhadap siswa yang melakukan kegiatan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, kurang konsentrasi atau tidak memperdulikan kegiatan pembelajaran.

Dalam melakukan gerak atau motorik selain teknik yang benar diperlukan konsentrasi agar gerak yang dilakukan benar dan tidak membuat cedera pada tubuh yang akan dilakukan gerak. Seperti dijelaskan oleh Hidayat (2008:239) Konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat eksternal dan internal, sedangkan pelaksanaannya mengacu pada dimensi yang luas dan fokus pada tugas-tugas tertentu.

Berdasarkan hasil pengamatan langsung dilapangan saat PPP (Program Pengelolaan Pembelajaran) selama satu bulan di SMA Negeri 3 Bojonegoro tahun ajaran 2014/2015 pada saat pembelajaran siswa yang diajarkan PJOK tidak melakukan gerakan yang benar dan tidak konsentrasi saat pembelajaran PJOK dilakukukan. Faktor yang mempengaruhi dengan beberapa proses pembelajaran dari sarana prasarana, Guru PJOK, dan pembelajaran yang menarik. Di samping itu pembelajaran PJOK selain hasil belajar, motivasi, dan konsentrasi banyak hal yang di pelajari. Contoh pada saat pembelajaran mengoper bola basket banyak siswa yang salah melakukan gerakan padahal Guru sudah menjelaskan dengan seksama gerakan yang benar. Maka dari itu kurang konsentrasi berdampak pada hasil tes kurang maksimal.

Hal tersebut menjadi sebuah pemikiran dan permasalahan yang akan diambil oleh penulis dan kemudian dijadikan sebuah penelitian dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa Dengan Kemampuan Motorik (studi pada kelas XI SMA Negeri 3 Bojonegoro ).”

Definisi konsentrasi yang dikemukakan para ahli yang bersumber dari buku yaitu sebagaiberikut:

1. Menurut Maksu (2011:153) konsentrasi adalah suatu keadaan dimana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu obyek tertentu dalam waktu tertentu
2. Hidayat (2008:239) (dalam Komarudin, 2014:112) konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan

perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat eksternal dan internal, sedangkan pelaksanaannya mengacu pada dimensi yang luas dan fokus pada tugas-tugas tertentu.

- Menurut Komarudin (2015:112) konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas, dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal dan internal.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian non-eksperimen dengan pendekatan kuantitatif, yaitu suatu penelitian dimana peneliti sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang mungkin berperan dalam munculnya suatu gejala, karena gejala yang diamati telah terjadi (*expostfacto*). (Maksum, 2012:13).

Berdasarkan pada rumusan masalah yang telah tertulis, penelitian ini termasuk dalam penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah suatu penelitian yang menghubungkan satu atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut. (Maksum, 2012:73). Karena penelitian ini mengkaji hubungan antara tingkat konsentrasi siswa (X) dengan kemampuan motorik (Y)

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2006 : 130), atau populasi adalah sekelompok objek yang diperlukan dalam penelitian. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 3 Bojonegoro yang terdiri dari 4 jurusan IPA dan 4 jurusan IPS. Jadi populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 3 Bojonegoro yang terdiri dari 8 kelas yang berjumlah 240 siswa.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang di teliti, apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, tetapi jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. (Arikunto, 2006:134). Berdasarkan penjelasan diatas maka sampel diambil dengan “*cluster random sampling*”, yang dipilih bukan individu, melainkan kelompok atau area yang kemudian disebut *cluster*” (Maksum, 2012:57). Pengambilan sampel dilakukan dengan carapengundian yaitu dengan mengumpulkan satu orang perwakilan dari tiap-tiap kelas dikelas XI yang masing-masing terdiri dari 30 siswa. Setiap perwakilan kelas mengambil 1 dari 8 kertas dengan tulisan “S” maka kelas tersebut akan menjadi kelompok sampel. Sehingga didapatkan 1 kelas yang terdiri dari 30 siswa sebagai sampel penelitian ini.

Dalam penelitian ini menggunakan beberapa instrumen penelitian yang pertama untuk mengukur

konsentrasi siswa dan yang kedua untuk mengukur kemampuan motorik, yaitu sebagai berikut:

### 1. Pengukuran Konsentrasi

Latihan konsentrasi dalam bentuk *Grid Test*.

Latihan ini dapat berfungsi sebagai tes untuk mengukur konsentrasi (Maksum, 2011 :155). Perhatikan 2 digit angka yang terdiri dari angka 00 sampai dengan 99 yang diletakkan acak pada 10 baris x 10 kolom.

Cara melakukan tes :

- Secepat mungkin menemukan pasangan angka dari 00, 01, 02, 03 dan seterusnya secara berurutan dan tidak boleh ada yang diloncati.
- Jika pasangan angka ditemukan dan langsung diberikan tanda panah ke atas dengan bolpoin warna, dimulai dari 00.
- Waktu yang diberikan 1 menit. Tabel 1. Blanko *grid concentration test* ( Maksum, 2011 : 155)

#### Blanko Grid Test

Nama :

Waktu Pelaksanaan Tes : Tempat Pelaksanaan Tes :

66 55 62 70 74 95 54 41 18 36  
07 76 32 00 88 78 08 91 27 42  
22 25 72 31 96 52 39 03 93 15  
40 43 14 71 20 77 65 59 81 30  
50 35 53 33 23 57 05 94 13 26  
56 79 19 12 83 87 09 64 46 69  
73 99 82 48 01 16 97 45 28 98  
60 51 17 85 44 80 89 38 04 63

### 2. Pengukuran kemampuan motorik (*Barrow*

#### *Motor Ability Test*)

Alat yang digunakan: pita pengukur atau meteran, bola softball, stopwatch, bola basket dan cone. Butir tes:

- Standing board jump*
- Softball throw*
- Zig zag run*
- Wall pass*
- Medicine ball put*
- 60 yard dash*

Skor keseluruhan menggunakan *General Motor Ability Scoring* (Nurhasan, 2000:100)

Waktu penelitian adalah waktu berlangsungnya penelitian atau saat penelitian ini dilangsungkan. Penelitian ini dilakukan pada 02 Februari 2016. Tempat yang digunakan untuk penelitian adalah di SMA Negeri 3 Bojonegoro, Jl Monginsidi No.09 Bojonegoro.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: pengambilan data dilakukan 1 kali pertemuan menggunakan *grid concentration test*

dan *barrow motor ability test*. Setelah data terkumpul, maka data tersebut akan diolah menggunakan rumus korelasi produk momen dan koefisien determinasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Hasil Grid Concentration Tes**

No.	Nama	Umur	L/P	Hasil
1	AZR	17	L	9
2	AW	17	L	16
3	AMR	17	P	5
4	DTO	17	P	8
5	DP	17	P	11
6	DDP	17	L	16
7	DDA	16	P	12
8	EJS	17	P	6
9	EN	16	P	8
10	FA	16	L	5
11	FBTST	15	L	9
12	FPN	17	L	7
13	GJA	16	L	12
14	GFK	17	L	12
15	HSP	16	L	11
16	HAN	16	P	8
17	IAF	16	P	8
18	KPC	16	P	15
19	KAA	17	P	8
20	LNMU	16	P	6
21	LAN	17	P	13
22	LF	16	P	13
23	MHJ	16	L	9
24	MHA	16	L	13
25	MRHT	17	L	19
26	NES	17	L	4
27	NLR	17	P	9
28	ORP	17	L	5
29	REPR	17	L	9
30	RDP	15	P	8
31	SEAP	17	P	11
32	SZ	16	P	15
33	SWD	16	P	9
34	WMS	16	P	3

**Tabel 2. Hasil Uji r**

Variabel	r hitung	r tabel
Tingkat Konsentrasi	0,188	0,339
Kemampuan Motorik	0,287	

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki tingkat konsentrasi baik

3 orang, konsentrasi sedang 11 orang, dan konsentrasi kurang 20 orang. Sedangkan untuk variabel kemampuan motorik diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah 16 orang, kemampuan motorik sedang 13 orang dan kemampuan motorik tinggi 5 orang.

Pembahasan ini akan menguraikan penelitian tentang hubungan tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik (studi pada kelas XI IPA 4 SMA

Negeri 3

Bojonegoro). Berdasarkan hipotesis yang telah diajukan dan hasil data yang diperoleh, maka dapat dinyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik. Dari analisa data statistik pada tabel diatas melalui uji korelasi pada sampel sebesar 34 siswa, diketahui  $df (32)$  didapat sebagai berikut:  $r$  hitung  $(0,188) < r$  tabel  $(0,339)$ , maka  $H_0$  diterima. Sehingga dinyatakan dalam penelitian ini tingkat konsentrasi siswa tidak memberikan sumbangan yang signifikan dengan kemampuan motorik. Dengan jumlah sampel penelitian yang kurang, maka dari itu perlu dikembangkan jumlah sampel yang lebih besar.

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil penelitian mengenai hubungan tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik, dapat disimpulkan sebagai berikut::

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motoriksiswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 3 Bojonegoro.
2. Besar hubungan tingkatkonsentrasi siswa dengan kemampuan motorik siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 3 Bojonegoro adalah sebesar 3,53% artinya sangat sedikit sekali kontribusi tingkat konsentrasi siswa dengan kemampuan motorik yang dipengaruhi faktor internal dan eksternal, dan jumlah sampel yang kurang.

### Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, maka diajukan beberapa saran dengan harapan dapat bermanfaat hasil dari penelitian ini. Adapun beberapa saran tersebut sebagai berikut:

1. Bagi siswa hendaknya belajar latihan konsentrasi melalui aktivitas motorik maka hasil yang didapat lebih baik.
2. Sekolah diharapkan menyampaikan pembelajaran PJOK yang berkaitan dengan aktivitas motorik dan sarana prasarana guna meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK agar dapat meningkatkan kemampuan motorik dan konsentrasi yang baik bagi peserta didik.
3. Dikarenakan hasil penelitian yang tidak ada hubungan , maka penelitian ini perlu dikembangkan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kecenderungan tingkat konsentrasi siswa yang lebih merata.
4. Besar harapan lebih dikembangkan untuk ekstrakurikuler setiap cabang olahraga di Sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto, Putra E. 2012. *Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa Dengan Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli*. Skripsi : tidak diterbitkan.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Desmita. 2014. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Gunarsa, S.D. 2008. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Husdarta dan Saputra, 2000. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Indahwati, Nanik. 2015. *Perkembangan Dan Belajar Motorik*. Handout Mata Perkuliahan : tidak diterbitkan.
- Kiram, Phil Y. 1992. *Belajar Motorik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Komarudin, .2015. *Psikologi Olahraga*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Maksum, Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya : Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Myalsidayu, Apta. 2014. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Jakarta : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Permendiknas Nomor 22 tahun 2006 tentang standar isi. Di unduh 15 Desember 2015 dari [http://www.google.com/url.Permendiknas No.22 th 2006](http://www.google.com/url.Permendiknas%20No.22%20th%202006)
- Setyobroto, Sudibyo DR. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : PT. Anem Kosong Anem.
- Wicaksono, P. 2013. *Kontribusi Konsentrasi Terhadap Hasil Shooting Under Basket*. (Jurnal online) <http://ejournal.unesa.ac.id>. Di unduh pada 15 Desember 2015 pukul 07.16 WIB
- Yazid, S. 2014. *Hubungan Konsentrasi dengan Hasil Pukulan Jarak Jauh (Long Stroke) Pada Cabang Olahraga Woodball*. (Jurnal online) [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) Di unduh pada 15 Desember 2015 pukul 07.20)